



SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES

Master Mention STAPS Entraînement et optimisation de la performance sportive (EOPS)



Niveau d'étude
visé
BAC +5



ECTS
120 crédits



Durée
2 ans



Composante
Collège
Sciences
Sociales et
Humanités
(SSH)



Langue(s)
d'enseignement
Français



TVA en (%)
20.0

Parcours proposés

- M1/M2 Parcours expert en préparation physique et mentale et optimisation de la performance (EPPM)

Présentation

Le Master STAPS propose un parcours "Expert en préparation physique et mentale et optimisation de la performance".

Le titulaire d'un Master STAPS «Entraînement, Préparation Physique et Mentale et Optimisation de la Performance» est un professionnel qui, de par sa double formation autour de la préparation physique et de la préparation mentale, possède des connaissances concernant la physiologie du corps humain en mouvement et la psychologie humaine ainsi que sur les modalités d'intervention.

Votre université

Organisation

Stages

Stage : Obligatoire

Stage à l'étranger : Facultatif

Admission

Conditions d'admission

Candidater en Master 1 via <https://www.monmaster.gouv.fr/> | 📄

Droits d'inscription et tarification

Consultez les [montants des droits d'inscription](#).



*L'établissement applique
une exonération partielle
des droits différenciés
pour tout étudiant extra
communautaire relevant de la
formation initiale s'inscrivant
en master.*

Capacité d'accueil

Master 1 : 25

Et après

Insertion professionnelle

100% des étudiants de la promotion 2020/2021 sont en
emploi 30 mois après l'obtention de leur diplôme.

Infos pratiques

Lieu(x)

 Tarbes

Campus

 Tarbes



Programme

M1/M2 Parcours expert en préparation physique et mentale et optimisation de la performance (EPPM)

SEMESTRE 1

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 1 - Évaluation des qualités physiques et analyse de données	UE	22h	24h		8,5 crédits
UE 2 - Ingénierie de la préparation physique et développement des qualités physiques	UE	20h	10h		4,5 crédits
UE 3 - Psychologie du sport et de l'activité physique	UE	20h	6h		4 crédits
UE 4 - Préparation mentale et équilibre psychologique	UE	22h	8h		5 crédits
UE 5 - Maîtrise des outils d'optimisation de la performance 1	UE	10h	6h		2,5 crédits
UE 6 - Sophrologie 1	UE		20h		3 crédits
UE 7 - Anglais	UE		19,5h		2,5 crédits

SEMESTRE 2

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 8 - Périodisation de l'entraînement	UE	10h	10h		3 crédits
UE 9 - Méthodologie de la recherche	UE		25h		3 crédits
UE 10 - Techniques de la préparation mentale	UE	18h			2,5 crédits
UE 11 - Motricité et cognition	UE		30h		3 crédits
UE 12 - Ingénierie de la préparation mentale	UE		14h		2 crédits
UE 13 - Sophrologie 2	UE		10h		1,5 crédits
UE 14 - Informatique et statistiques 1	UE	10h	6h		2,5 crédits
UE 15 - Projet tutoré stage en milieu professionnel	UE		50h		7 crédits
UE 16 - Transfert des connaissances et dissémination scientifique	UE		30h		3 crédits
UE 17 - Anglais	UE		19,5h		2,5 crédits

SEMESTRE 3

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 1 - Maîtrise des outils d'optimisation de la performance 2	UE	4h	23h		2,5 crédits



UE 2 - Technique d'évaluation et d'intervention au service de la performance	UE	22h		3 crédits
UE 3 - Spécificités physiologiques des publics particuliers	UE	34h	8h	4,5 crédits
UE 4 - Gestion de projet et création d'entreprise	UE	10h	20h	4 crédits
UE 5 - Management de structures et d'équipes sportives	UE		12h	3 crédits
UE 6 - Endurance et métabolisme énergétique	UE	22h		3,5 crédits
UE 7 - Quantification de l'activité physique et de la charge d'entraînement	UE		20h	3,5 crédits
UE 8 - Réathlétisation	UE		25h	3,5 crédits
UE 9 - Anglais	UE		19,5h	2,5 crédits

SEMESTRE 4

	Nature	CM	TD	TP	Crédits
UE 10 - Informatique et statistiques	UE	10h	6h		4 crédits
UE 11 - Nutrition du sportif	UE	16h			2,5 crédits
UE 12 - Projet tutoré stage en milieu professionnel	UE		50h		9 crédits
UE 13 - Anglais	UE		19,5h		2,5 crédits
UE 14 - Projet tutoré, mémoire de recherche	UE		80h		12 crédits